



Keine halben Sachen

Lebe jeden Tag



Paul Baumann

Keine halben Sachen

Lebe jeden Tag

Layout und Gestaltung:
Paul Baumann

Textkorrektur:
Claudia Würsch

Titelbild:
Paul Baumann

© 2021 Baumann Paul
Herstellung und Verlag: BoD – Books on Demand, Norderstedt
ISBN 978-3-7534-3867-2

Danksagung

Ich bin ein Extremist. Das muss ich wohl sein, sonst hätte ich meinen Weg nicht beschreiten können. Bereits als Jugendlicher war ich nicht einfach. Das können meine Eltern sicher bestätigen. Hiermit bedanke ich mich bei meinen Eltern, dass sie diese schwierige Zeit mit mir ertragen haben, und auch wenn anfänglich ungern, mir ihr Vertrauen geschenkt haben und mich ziehen liessen.

Weiter bedanke ich mich bei meiner Frau Juanita für die jahrzehntelange Unterstützung. Ein Sprichwort sagt: Hinter jedem erfolgreichen Mann steht eine starke Frau.“ Das trifft sicherlich auf Juanita zu. All meine Ideen und Inspirationen durfte sie als erste erleben, was ihr Leben vermutlich interessant aber sicher nicht einfach gemacht hat. Juanita hatte stets Vertrauen in meine teils sehr schnellen, vom Bauch gesteuerten Entscheide.

Ich war in der glücklichen Lage, von sehr vielen Lehrern in meinem Leben zu profitieren. Dazu gehören auch meine Schüler. Ich habe sehr viel durch das Unterrichten meiner Schüler gelernt. In meinem Leben habe ich mehr unterrichtet als selber als Schüler am Unterricht von anderen Lehrern teilgenommen. Ich bin ein schwieriger Lehrer, vom Lande „Extremistan“, wo nur aussergewöhnliche Leistungen gelobt werden. Meine Schüler, zumindest diejenigen, die mich aushalten konnten, haben sicher davon profitiert. Allen Schülern spreche ich hiermit meinen aufrichtigen Dank aus.

Allen Lehrern, die mir auf meinem Weg geholfen und mich persönlich unterstützt haben, sei es auch nur durch ein einzelnes zusätzliches Steinchen in meinem Lebensmosaik, spreche ich hier meinen Dank aus. Dank eurem Beitrag wurde mein Weg stets klarer.

Vorwort

So wie du dich in dein Leben gibst, so wird das Leben dir genau das zurückgeben. Dieses Buch enthält viele persönliche Erlebnisse von mir. Darum erlaube ich mir, dich, lieber Leser, auch persönlich in der Du Form anzusprechen. Das Leben ist für jeden von uns eine andere Erfahrung, auch wenn wir uns zur gleichen Zeit am gleichen Ort befinden und evtl. sogar die gleichen Situationen durchleben. Wie du und ich diese allerdings erleben ist völlig verschieden. Diese Tatsache nennt sich; Die selbsterfüllende Prophezeiung. Zu dieser Erkenntnis kommst du, wenn du dich lange genug mit dem wirklichen Leben befasst hast. Ich habe absichtlich „wirklich“ geschrieben, da das Leben wirkt und nicht ist. Wenn du und ich nun etwas in unserem Leben, für das wir vollkommen selber verantwortlich sind, ändern wollen, klappt dies nur, wenn wir mit unserem ganzen Wesen wissen, was wir wollen. Keine halben Sachen. Ich hatte das „Glück“ auf meinem Lebensweg Situationen erleben zu dürfen, wo mein ganzes Wesen genau wusste was zu tun ist. Ebenfalls durfte ich Schüler von Lehrern sein, die mich entscheidend prägten. Vor kurzem hatte ich plötzlich das Gefühl, dass ich diese Erfahrungen mit anderen auf gleicher Frequenz teilen sollte und möchte. Vielleicht kannst du dich in meiner Geschichte selber erkennen. Dann motiviert es dich hoffentlich künftig, mit weniger Zweifel und mehr Überzeugung deinen Weg zu beschreiten. Das Umfeld hilft dabei meistens nicht. Die erste Lektion eines Lehrers heisst stets, stirb gegenüber deiner Vergangenheit. Viele von uns werden von der Vergangenheit festgehalten oder umgekehrt. Viele deiner Freunde, Bekannte und oft die Familie wollen dich so behalten wie du bist. Meistens natürlich in guter Absicht. Oder anders ausgedrückt, es zählt nur noch das Jetzt. Du und ich leben jetzt und formen unser Leben jetzt. Das geht nur, wie schon erwähnt ohne halbe Sachen.

Inhaltsverzeichnis

Danksagung.....	03
Vorwort	08
1978 Karate Beginn	13
1981 Kushido Schule Urdorf.....	15
1981-1983 Prüfungen.....	17
1983 Schnitt	19
Kapstadt	21
Stilbaai Farm.....	28
1983 – 1986.....	33
Freddie the Fly	33
Brot backen	34
Koefoet.....	35
Buschtelefon	36
Stimmgabel	38
Ungewöhnliche Geräusche	39
Wolken	40
Ausreden	41
Ansichtssache.....	43
Schmerzhafte Energie	44
Gashuku	45
Unterwegs	47
Autostopp	51
Wachsamkeit	52
Fortschritt und Ego	53
Wettkampf.....	54
Brille	55
Tiere	56
Garten.....	59
Maschinen	60
Weitergeben.....	63
Feuer und Flamme	64
Schlampige Arbeit.....	65

Cakemaker	67
Lehrer – Schüler.....	68
Waffen	69
Nur eine Übung.....	71
Hypnose	73
Skydiving	74
1983 – 1986 Zusammenfassend.....	76
1986 Schweiz.....	77
Danach	80
Grosse Menschen.....	80
1989 Atilla.....	82
1991 Chalid.....	84
1993-1994 Unsichtbar.....	86
Heute.....	88
Umweg.....	88
Wiedergeburt.....	89
Schlusswort.....	92
Andere Bücher vom Autor	94

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1 Central Dojo, Sofa mit Diplomen	23
Abb. 2 Central Dojo, Fotoshooting mit Ludwig.....	24
Abb. 3 Eingangsportal Farm	29
Abb. 4 Fünf Gräber nach Eingang	30
Abb. 5 Rec-Center	31
Abb. 6 Honbu Dojo, Buschtelefon.....	37
Abb. 7 Hauptküche mit Kohleofen	46
Abb. 8 Elementbauweise Honbu Dojo.....	66
Abb. 9 Shihan Denis mit seinen Kama	70
Abb. 10 Pioniergruppe Stansstad	79
Abb. 11 Geburtshaus von Sohn Atilla auf Farm	83
Abb. 12 Geburtshaus von Tochter Chalid auf Farm	85
Abb. 13 Familie mit Shihan Hugh und Alana.....	87

1978 Beginn

In diesem Jahr habe ich mich bei der Shotokan Karate Schule von Koichi Sugimura in Zürich angemeldet. Es war immer mein Traum, Karate-Do zu erlernen. Natürlich hatte dies auch etwas mit dem Wunsch zu tun, gross und unbesiegbar zu werden. Ich bin in Zürich aufgewachsen und war nicht gerade ein Beispiel eines angenehmen Teenagers. Die Zürcher Unruhen sowie die 1. Mai Demonstrationen waren immer interessante Zeiten, um meine überschüssigen Aggressionen loszuwerden. In unseren Cliques war es ein Zeichen der Schwäche, wenn du dich nicht wehren konntest. Also tönte die Idee, diese Situation durch Karate verbessern zu können, natürlich lukrativ. Schnell musste ich dann in vielen harten Trainingslektionen feststellen, dass Karate für dieses Ziel nicht förderlich war. Endlos auf und ab zu marschieren, Schläge und Kicks auszuführen meist noch ohne Partner, schulte mehr die Geduld und Selbstdisziplin als die Gewissheit, bei Schlägereien besser abzuschneiden. Dazu kamen unzählige Formübungen mit vorgestellten Gegnern, die ganz präzise ausgeführt werden mussten. Also alles andere als sich super Kampferfahrungen anzueignen. Als dann nach langer Zeit wirklich das Kampftraining begann wurde auch dort grossen Wert auf Disziplin und Respekt für den Partner gelegt. Trotzdem gefiel mir das Karate Training und ich trainierte fleissig. Es waren immer sehr grosse Klassen und der Lehrer (ein Japaner) hatte nichts erklärt, dafür super vorgezeigt. Shotokan ist ein sehr gradliniger, klassischer Stil mit sehr langen Ständen. Wenn Shotokan technisch vollendet und mit viel Kraft ausgeführt wird, ist dies sehr beeindruckend. Trotzdem fehlten mir im Training die Tiefe und das Verständnis von all den Techniken und Abläufen. Je länger ich trainierte umso weniger war es das, was ich gemäss meinem Bauchgefühl suchte.

Parallel zu meinem Training absolvierte ich eine Lehre als FEAM, heute Elektroniker, bei der KTD (Kreistelefondirektion,

heute Swisscom) in Zürich. Das erste Lehrjahr war knallhart. Als Teenager von der Schule kommend, jetzt den ganzen Tag stehend an einem Schraubstock war im wahrsten Sinne ein Horror. Während dem ersten Lehrjahr wurden wir mechanisch ausgebildet von einem Lehrmeister alter Schule. Für ihn gab es nur richtig, wenn innerhalb der Toleranz, meistens zwei hundertstel Millimeter, oder unbrauchbar. Für einen Teenager sind zwei hundertstel Millimeter nichts. Plus minus ein oder zwei Millimeter, wie kann das so wichtig sein. Während diesem Jahr landeten viele Arbeitsstücke von mir ohne Kommentar in der Ausschusskiste. Ich erinnere mich noch an ein Namensschild aus Aluminium. Zuerst präzise zusägen, feilen, natürlich alles in der Toleranz und im rechten Winkel. Dann Facetten schleifen. Das Schild musste poliert werden bis es wie ein Spiegel glänzte. Dann mit Stempelbuchstaben und Hammer drei Zeilen Texte gleichmässig und gleich tief einschlagen. Bei der Kontrolle durch den Lehrmeister sind die ersten zehn Stücke ohne Kommentar mit einem strengen Blick über den Brillenrand direkt in der Ausschusskiste gelandet. Als ich endlich ein perfektes Stück ablieferte, nickte er mir zu, gab mir das Stück zurück und ich wusste, jetzt habe ich ein Meisterstück gemacht. Nach einem Jahr war ich soweit, dass ich keine halben Sachen mehr ablieferte.

*„Du kannst nicht alles verändern.
Nur dich selbst!
Aber meistens verändert sich dann alles.“*

unbekannt

1981 Kushido Schule Urdorf

Trotz dem Gefühl, dass das Karate-Training in Zürich nicht das Richtige war, fühlte ich mich berufen, ein Karate Lehrer zu werden. Ich öffnete das Telefonbuch unter der Rubrik Karate und pickte eine Schule heraus: Karate-Do Urdorf unter der Leitung von Werner Bürgi. Schon beim Hereintreten spürte ich eine völlig andere Energie und Atmosphäre und hatte das Gefühl am richtigen Ort zu sein. Vom ersten Tag an diskutierte ich mit Werner stundenlang. Er hatte das Karate-Do in Südafrika erlernt bei einem Lehrer namens Hugh St. John Thomson. Er hatte während einem Jahr eine Ausbildung als Uchi Dechi (innerer Schüler) gemacht. Das heisst, du trainierst nicht nur mit dem Lehrer, du lebst auch mit ihm. Die vielen Geschichten die er mir erzählte, packten mich völlig. Das wollte ich auch erleben. Wie das „Glück“ so ist, war in einigen Monaten ein riesiges, internationales Gashuku (Trainingslager) mit vielen Teilnehmern aus Südafrika, Simbabwe, Israel und England, unter der Leitung von Shihan (Meister) Hugh geplant. Ich trainierte wie ein Verrückter, um möglichst gut auf diesen Event vorbereitet zu sein. Ich stellte mich sogar zur Verfügung, um viele dieser Gäste vom Flughafen abzuholen. Das war sehr spannend, da ich kein Englisch sprach. Beim Treffen der Gäste, die meisten davon Schwarzgurte, war ich schon etwas aufgeregt. Das steigerte sich bis das Trainingslager begann. Bis auf die Chefs der Länder quartierten sich alle, ungefähr einhundertfünfzig Teilnehmer, in der Zivilschutzanlage in Urdorf ein. Es war ein riesiges Durcheinander, aber völlig faszinierend und beängstigend. Dann jeden Tag joggen im Wald, Grundschultraining mit viel Fitness, anschliessend Training in Leistungsgruppen. Ich war in der Weissgurtgruppe. Wir wurden gefordert aber ohne Körperkontakt. Andere hatten nicht so viel Glück. Ich hatte noch nie so viele blutige Gesichter gesehen. Bei einem Israeli konnten wir ein Auge gar nicht mehr sehen,

sein Gesicht war so geschwollen. Das hatte zu einer kleinen Meuterei der Schweizer Mannschaft geführt. Werner hatte eine Aussprache mit Hugh seinem Bruder Denis, dem Israelischen Sensei Leon Pantanovitz organisiert. Die Südafrikaner und Israeli hatten noch nie erlebt, dass Schüler aufbegehrten. Shihan Hugh hatte sogar etwas Verständnis für die Schweizer Mentalität. Sein Bruder Shihan Denis hätte uns am liebsten abgemurkst. Das war etwas verstörend. Diese Trainingswoche war nichtsdestotrotz der Höhepunkt meines bisherigen Lebens. Da wusste ich, ich werde nach Südafrika gehen. Nach Rücksprache mit Shihan Hugh hat dieser eingewilligt. Ich musste die Lehre und das Militär vorher noch beenden. Das war der Deal. In zwei Jahren würden sie wiederkommen, dann könnte ich als Uchi Dechi beginnen.

*„Der Zimmermann bearbeitet das
Holz,
der Schütze krümmt den Bogen,
der Weise formt sich selbst.“*

Buddhistisches Sprichwort

1983 Schnitt

Mitte Jahr beendete ich die Lehre erfolgreich. Danach war noch etwas Geld verdienen als Lastwagenfahrer geplant, das war ein weiterer Bubentraum von mir. Um diesen auszuführen musste ich mich gegen viele Personen mit gut gemeinten Ratschlägen durchsetzen. Wie kannst du nach vier Jahren Lehre als Elektroniker jetzt Lastwagen fahren, war ein oft gehörter Einwand. Ich brauchte viel eigene Überzeugung und musste viele Personen vor den Kopf stossen.

Jetzt fehlte nur noch das Militär. Bei der Aushebung wurden die Panzergrenadiere als halb Mensch und halb Tier vorgestellt. Das war genau das Richtige für mich. Nach der Rekrutenschule hatte ich als Korporal weitere fünf Monate angehängt. Und dann ...

Vier Wochen vor Ende der zweiten Rekrutenschule, ein schlimmer Unfall. Völlig übermüdet, ständig am Limit, war der Fahrer mit einem Pinzgauer von der Strasse abgekommen und den Hang hinunter gestürzt. Der einzige Baum hat verhindert, dass wir weiter ins Tal abstürzten. Ich war hinten schlafend und habe mich durch den abrupten Stopp schwer verletzt. Durch das viele Training, wenn der Schützenpanzer stoppt geht hinten die Luke auf und du stürmst hinaus, bin ich auch jetzt im Delirium hinten rausgerannt den Berg hoch und hatte den anderen erzählt mein Rücken schmerze und dann war es dunkel.

Ich bin in einem Spital irgendwo im Welschland aufgewacht, festgebunden, mit der Diagnose: Rückgrat gebrochen. Das war wie ein Stich ins Herz. Ich hatte bereits den Flug nach Südafrika gebucht. Die Ärzte wussten nicht, ob ich jemals wieder laufen werde. Ich bewegte sofort meine Zehen und wusste, ich werde nach Südafrika gehen. Da gab es keinen Zweifel. Das war wieder so ein Augenblick, wo das Ziel völlig klar war. Da gab es keine Kompromisse, keine halben Sachen. Zwei Wochen später durfte ich aufstehen, natürlich von Kopf bis unters

Becken eingegipst. Die Woche darauf trainierte ich für mich im Dojo in Urdorf mit Gewichten. Jeden Augenblick habe ich mich auf die Heilung meiner Wirbelsäule konzentriert. Nach zwei Wochen wusste ich, dass ich geheilt bin. Im Uni-Spital in Zürich konnte ich einen Professor überzeugen, den Gips zu entfernen. Beim Aufstehen ohne Gips konnte ich durch starke Armmuskeln verhindern, dass ich zusammenklappte. Der Deal mit dem Professor war, dass er mich in einer Vorlesung allen Ärzten präsentieren darf. Alle hatten mein Dossier studiert und durften mich untersuchen. Niemand hatte eine Erklärung, einfach ein Wunder, wie wunderbar.

Einen Monat trainieren und den Rücken dehnen. Anfangs konnte ich nur meine Knie mit gestreckten Beinen berühren. Bald danach fand wie geplant das zweite internationale Trainingslager statt, wieder mit einer sehr grossen Beteiligung aus Südafrika. Jetzt war das Training bereits härter, da ich zu den Grüngurten zählte. In meiner damaligen Verfassung konnte mich nichts umhauen. Ich hatte soeben ein zweites Leben geschenkt bekommen.

Nach dem Lager habe ich meine Zelte in der Schweiz abgebrochen und bin mit zwei Taschen nach Südafrika ins Ungewisse ausgewandert.

Auch das brauchte viel Überzeugung da mich mein Umfeld, natürlich aus gut gemeinten Gründen, nicht in die Unsicherheit ziehen lassen wollte.

*„Um an die Quelle zu kommen,
muss man gegen den Strom schwimmen.“*

Stanislaw Jerzy Lec

Kapstadt

Es war ein langer Flug mit Alitalia, zuerst nach Rom, warten, dann nach Johannesburg, umsteigen, Anschluss suchen ohne Englischkenntnisse und Weiterflug nach Kapstadt. Am Flughafen wurde ich von Willy abgeholt, einem Exil Schweizer, den ich im Trainingslager kennengelernt hatte. Die erste Nacht verbrachte ich mit ihm und seiner Freundin Lynette in Goodwood, einem nördlichen Vorort von Kapstadt. Es war eine sehr fremde Welt. Alles war locker, entspannt, etwas zu laut und unverständlich. Am nächsten Tag lieferte Lynette mich im Hauptdojo im Zentrum von Kapstadt ab. Da traf ich auf Merelle, die Frau von Shihan Denis. Mein Gott, die konnte doppelt so schnell sprechen wie der NBC-Moderator Jay Leno der „The Tonight Show“. Aber hey, was soll es, ich verstand eh nichts. Nach zwei Stunden am Pult mit Merelle war ich fix und fertig. Zum Glück kam Shihan Denis und erklärte mir mit wenigen Worten wo ich mein Gepäck verstauen konnte, wo ich zu schlafen hatte, wo die Küche „Kühlschrank und Wasserkocher“ war und wann ich bereit für das Training sein sollte. Irgendwie hatte ich sofort einen Zugang zu ihm und verstand, was er sagte auch ohne die Worte zu verstehen.

Am ersten Abend nach den Trainings habe ich mir das Dojo (Trainingsraum) genauer angesehen. Keine Perfektion wie ich es mir aus der Schweiz gewohnt war. Dafür eine besondere Ausstrahlung, die ich noch nicht kannte. Eine andere Art der Schönheit. Einfach, elementar und nicht für hundert Jahre gebaut, sondern nur für jetzt. Das Dojo war länglich. An den Längsseiten nur Fenster. Nichts an den Wänden aufgehängt. Einzige Ausnahme waren drei Makiwara (Holzschlagpfosten), die ich noch kennen lernen durfte. Das ganze Dojo war gemauert mit Ziegelsteinen, welche mit alter weisser Farbe gestrichen waren. Die Fenster vergittert mit soliden, rudimentär zusammengeschweissten Metallprofilen. Auf der hinteren

Kopfseite genau mittig war ein Durchgang zur Küche und den Garderoben, jeweils mit Vorhang abgetrennt. Links und rechts waren traditionelle Waffen aufgehängt. Oben waren sämtliche Schwarzgurte von allen Ländern auf kleinen Holztäfelchen gemäss ihrem Grad aufgehängt. Ich studierte alle Namen und kannte keinen, bis ich den Namen meines Lehrers Werner Bürgi entdeckte. Da war mir klar, dass mein Name zukünftig auch hier aufgehängt sein wird. Diese Namenplättlis waren gemäss Rangierung vom sechsten bis zum ersten Dan von links nach rechts aufgereiht. Die Küche war zwei Quadratmeter klein und völlig überstellt. Da habe ich gleich mal Ordnung gemacht. Die Duschen waren betoniert und mit den Leitungen sichtbar an den Wänden verschraubt. Keine Plättlis, nur mit Farbe gestrichen und bereits teilweise abgesplittert. Nicht schön, aber ich konnte mich warm duschen. Auf der Eingangsseite des Dojo war ein Raum wie eine Stube mit einem sehr alten Sofa und zwei dazugehörigen Sesseln. Ein kleiner Salontisch und eine grosse, lärmige Kühlbox mit kaltem Wasser darin rundeten die Möblierung ab. In diesem Raum fanden alle Besprechungen statt, wurden alle Gäste begrüsst, und dieser Raum diente auch als mein Schlafzimmer, da er mit einem weichen ebenfalls sehr alten Teppich ausgestattet war. Über dem Sofa waren etwa dreissig Diplome aufgehängt, welche ich immer wieder studierte, (siehe Abbildung 1). Alle waren von Shihan Denis und seinem Bruder Hugh.

Direkt neben dem Eingang waren ein Schuhgestell und das kleine Pult für Merelle und Shihan Denis. Als neugieriger Schweizer habe ich die drei Schubladen aufgemacht. Was für ein Chaos. Komplet voll mit Papieren und den vielfältigsten Gegenständen. Auch die Oberfläche war vollkommen voll. Der grosse Notizblock A2 Format, der auch als Agenda diente, war vollgeschrieben und fast nicht sichtbar unter all den Gegenständen. Dahinter befand sich noch ein kleines Büro nur für Shihan Denis: Wieder ein Pult, ein Massagetisch und vollgestopft mit



Abb. 1: Central Dojo, Sofa und Diplome

Büchern, Notizen, Waffen, Diplomen, Gis (Trainingsanzügen) und vielem mehr. Dieses Dojo wurde in den kommenden drei Jahren mein vertrautes, zweites Zuhause.

Montag drei Klassen, morgens mit Shihan Denis privat und abends zwei Klassen. Am Dienstag das gleiche Programm plus eine Mittagsklasse. Am Mittwoch wie am Montag mit einer kleinen Ausnahme. Die erste der beiden Abendklassen war die legendäre Schwarzgurtklasse. Um die vierzig Schwarzgurte, alle extrem gefährlich und ich als Grüngurt. Ich war das Frischfleisch. Natürlich wollten alle wissen wie belastbar ich war, was oft mit Schmerzen verbunden war. Am Donnerstag vier Klassen wie am Dienstag. Am Freitag nur morgens und abends eine Klasse. Mit der Samstagmorgen Instruktor-Klasse waren es total siebzehn Klassen pro Woche. Während den ersten zwei Wochen hatte ich durch die neue Ernährung und das spezielle Wasser den schlimmsten Durchfall trotz Kohletabletten, die ich reihenweise in mich hineinstopfte. Ich war körperlich zerstört, mental wusste ich jedoch, ich packe das. Jeden Tag Dojo reinigen am Morgen, danach eine Stunde joggen Richtung Signal

Hill und durch das Malay Quartier. Ich war bereits nach einem Monat ein bekannter, lokaler Einheimischer geworden. Jeder wollte mit mir quatschen. Da ich den ganzen Tag in die englische Sprache eintauchte, lernte ich schnell. Langsam verstand ich, dass auch die schwarze Bevölkerung englisch sprach. Zuerst dachte ich, dass sie eine andere Sprache sprechen. Afrikanisches Englisch der schwarzen Bevölkerung ist sehr gewohnheitsbedürftig. Als ich mich entschloss, eine Ausbildung in Südafrika zum Karateinstructor zu machen, dachte ich mir drei Jahre nur Training und das ohne Ablenkung durch Frauen. Wie es im Leben ist, kam es anders und ich lernte Juanita, eine dynamische, hübsche Südafrikanerin kennen, die ich später heiratete und die mich bis heute, siebenunddreissig Jahre später, begleitet und unterstützt. Sie war auch eine super Motivation, um meine englischen Sprachkenntnisse auf ein ganz anderes Niveau zu heben.



Abb. 2: Frontseite Central Dojo, Fotoshooting mit Ludwig

Wenn ich mal nichts zu tun hatte, trainierte ich selbständig. Dann lief Shihan Denis mit seiner Kaffeetasse durchs Dojo Richtung Küche und ohne einen Blick gab er mir kleine Korrekturvorschläge, die ich machen sollte. Auf dem Rückweg mit Kaffee dann ein kurzes Nicken, wenn ich seine Anweisung bereits befolgte. Wenn er an seinem Bürotisch beim Eingang sass und Zeitung las, hatte ich den Verdacht, dass er ein Loch darin hatte, denn hin und wieder kam eine Korrektur-Anweisung. Das Wohnen im Dojo war einerseits sehr toll. Ich traf alle Instruktoeren, Schüler, auswärtige Schüler und bekam alles mit. Andererseits hatte ich keine Privatsphäre. Nachts brummte die Kühlmaschine und die Strassen lärmten. Es waren nur noch höchst interessante Typen unterwegs. Ansonsten war die Stadt wie ausgestorben. Die Fenster wackelten bei jedem Auto, das die Strasse hinunter bretterte. Da ich ein sehr guter Einschlafer bin, hatte ich auch das gut gemeistert. Am Wochenende wurde ich immer zu allen möglichen Events und Braai's (Grillparties) eingeladen. Dazu gab es immer viel Alkohol. Shihan Denis sagte mir jeweils, du kannst so viel trinken wie du willst, aber am Montagmorgen bist du wieder fit. Ich habe einmal erlebt wie ein Schüler, Daniel ein Deutscher, in der Morgenklasse noch etwas verkatert war. So etwas wollte ich nicht erleben. Nach zwei Monaten konnte ich mich bei den meisten Schwarzgurten ziemlich gut wehren. Es gab immer Ausnahmen. Einer war Cameron, ein Schwarzer mit Rangierung dritter Dan, wohnhaft im Township Gugulethu. Er war pechschwarz mit einem strahlend weissen Gi. Er war bekannt für seine Mawashi Geris (halbrunder Kick) auf die Wangen. Obwohl ich das wusste, konnte ich diese Kicks noch eine ganze Weile nicht abwehren. Vor dem Kick habe ich in seinem Gesicht nur die Augen gesehen. Nach dem Kick dann auch noch seine weissen Zähne durch sein Grinsen. Es war keine Schadenfreude oder Feindseligkeit. Er war der freundlichste Typ und er hat mir bei meinem Training sehr geholfen. Heisse Wangen hatte ich noch

für eine lange Zeit.

Eines Tages kam Hans, ein holländisch abstammender Schwarzgurt, ins Dojo. Er war wie ein Schrank. Die Art von Person, die man losschickt, um Probleme zu lösen. Wenn er im Türrahmen stand, kam kein Licht mehr durch. Als er sich umgezogen hatte, bearbeitete er die Makiwara (Schlagpfosten). Im perfekten Rhythmus im eins zu eins Takt, mit Schlag und Pause, hämmerte er diese mit einem lauten Knall gegen die Wand. An jedem der drei Makiwara fünfzig Schläge. Ich habe diese Pfosten auch während vielen Wochen bearbeitet. Ich konnte keine fünfzig Schläge ausführen, da ich sonst keine Haut mehr an den Knöcheln gehabt hätte. Bei meinen besten Schlägen berührten die Makiwara gerade mal die Wand, ohne grossen Knall. Wenn Hans zuschlug gab es keine halben Sachen. Ich beobachtete ihn viele Male und irgendwie taten mir die Makiwara fast ein bisschen leid. Manchmal hatte ich auch das Gefühl, dass diese sich selber in Richtung Wand bewegten, um dem Schlag etwas nachzugeben.

Nach drei Monaten wurde ich respektiert und von allen gefördert.

Shihan Denis ging mit mir zu einem Waffenverkäufer und wir kauften eine Pistole Star Kaliber 45. Jeder Mann und jede Frau trugen eine Knarre auf sich, geladen und schussbereit. Es war eine sehr angespannte Zeit. Apartheid mit vielen Anschlägen von der unterdrückten ANC Partei. Da jeder eine Pistole auf sich trug, auch die Guten, konnten viele Massaker entschärft werden. Jeder überlegte sich zweimal, ob er einen anderen überfallen wollte. Durch die Instrukoren Cameron, Tony und Jack konnte ich in ihren Township-Dojos, Gugulethu, Nyanga und Athlone trainieren. Obwohl ich nie Probleme hatte, fühlte ich mich wohl, auch eine Pistole dabei zu haben. Natürlich durfte auch ein Messer nicht fehlen. Das war anfangs ein kras- ses Gefühl, aber ich war mit meinem ganzen Wesen in die Kultur von Südafrika eingetaucht, sodass es für mich passte. Ich

war daheim und kein Fremder mehr. Ich hatte mich mittlerweile auch an die Kakerlaken im Dojo gewöhnt. Das sind richtige Monster. Die waren ungefähr fünf bis sechs Zentimeter lang, extrem widerstandsfähig und können sogar fliegen. Alle paar Monate musste ein Typ kommen und im ganzen Dojo Gift versprühen. Natürlich haben immer einige überlebt. Sie verbreiten sich auch durch die Abwasser Leitungen. Da sie extrem lichtscheu sind, findest du am Tag keine. Nachts laufen sie dann über dich im Schlafsack. Wenn das Licht eingeschaltet wird, kannst du sie überall sehen und nach zwei Sekunden sind alle weg. Schlimm war es, wenn sie im Zucker und der Kaffeedose waren. Dann hörte der Spass auf.

Wenn ich abends an der nächsten Ecke bei einem Takeaway Shop einen Softdrink kaufte, Alkohol dürfen nur in Liquor Stores verkauft werden, wurde ich anfangs von Bettlern belästigt. Sie seien so hungrig, sagten sie. Nachdem ich ihnen Geld gab, hatten sie dieses sofort in einen Spielautomaten gesteckt, um sich zu unterhalten. Auch das hatte ich schnell gelernt. In der Stadt bei meinen Einkäufen habe ich auch einen einbeinigen Bettler kennengelernt. Der sass jeden Tag den ganzen Tag am gleichen Ort. Wenn dann alle weg waren, hatte er plötzlich zwei Beine und ging nach Hause. Ich war vermutlich nicht der einzige der das wusste. Das war auch eine Leistung so zu sitzen. Eine Tasse Kaffee kostete damals zwanzig Cents. Ein Rand war zwei Schweizer Franken wert. Das Leben war günstig. Innerhalb von zwei Jahren kippte der Kurs zu zwei Rand auf einen Schweizer Franken. Da war das Leben extrem billig. Ich brauchte jede Woche nur zwanzig Schweizer Franken, um mich mit allem zu versorgen.

Trotz der grossen Kriminalität in Kapstadt hatte ich nie auch nur ansatzweise Probleme. Ich war einer von Ihnen. Bei mir war nichts zu holen. Das war eine super tolle Zeit. Nach drei Monaten hatte ich Besuch von Bruno, dem Bruder meines Lehrers in der Schweiz. Er trainierte in einer Morgenklasse und

„starb“ beinahe. Beim Nachfragen ob das immer so sei, habe ich nur genickt, und er hat nie wieder mittrainiert.

Stilbaai, Farm

Nach vier Monaten Training in Kapstadt war ich voll in diesem Leben eingetaucht. Da kam die Nachricht, dass ich am nächsten Tag abgeholt würde, um nach Stilbaai zu fahren. Dort befand sich das Honbu Dojo (Hauptdojo mit Wohnsitz vom Gründer). Kelman, der bereits ein Jahr als Uchi Dechi absolviert hatte, meldete sich am nächsten Tag morgens um acht Uhr im Kapstadt Dojo. Er musste noch diverse Angelegenheiten mit Shihan Denis klären, sodass wir uns um neun Uhr mit einem kleinen Bakkie auf den Weg machten. Ein Bakkie ist ein typisches Fahrzeug in Südafrika. Zwei oder drei Sitze vorne in der Kabine und eine Ladefläche für Warentransporte. Gewicht und Grösse der Ladung aus Schweizer Sicht nach oben scheinbar unbegrenzt. Unsere Fahrstrecke betrug vierhundert Kilometer. Der Bakkie erreichte maximale Geschwindigkeit von einhundert Kilometer pro Stunde. Bergauf je nach Steigung nur sechzig bis achtzig Kilometer pro Stunde. Das heisst, die reine Fahrzeit betrug fünf Stunden. Mit einem Imbiss und Tankstopp hatten wir sechs Stunden bis Stilbaai. Kelman fuhr zuerst direkt an den Strand. Sand und Meer soweit das Auge sehen konnte ohne eine einzige Menschenseele in Sichtweite. Auch das Dorf war wie ausgestorben. Ein Hotel, ein Takeaway-Shop, ein Tante Emma Laden, alle waren geöffnet aber menschenleer. Kelman sagte mir, in der Ferienzeit in vier Monaten würde ich vor lauter Personen den Sand nicht mehr sehen. Das war fast unvorstellbar. Alle aus der Hauptstadt Johannesburg würden hierher kommen, um die Ruhe zu geniessen. Vermutlich war Johannesburg dann ruhiger als dieses kleine Dorf. Danach noch fünfzehn Minuten Fahrt weg von der Hauptstrasse

hinein in die Buschlandschaft auf einer Schotterpiste. Hinter uns eine hundert Meter lange Staubwolke. So konnten wir die selten entgegenkommenden Fahrzeuge von weitem sehen. Dann heisst es bremsen und Fenster zu. Plötzlich ein drei Meter breites und zwei Meter hohes Gittertor links der Strasse, (siehe Abbildung 3).



Abb. 3: Eingangsportal zur Farm

Bremsen, wieder Staub, aussteigen, Torschloss öffnen, durchfahren, Torschloss wieder schliessen und weiter auf einer kurzen, noch schlechteren Strasse, die diesen Namen fast nicht verdiente. Das war die Farm, über die mir bereits viel erzählt wurde. Wir fuhren sogar an einem kleinen Friedhof vorbei mit fünf Gräbern, (siehe Abbildung 4). Kelman erzählte mir stolz, dass die letzten vier Uchi Dechi nicht überlebt hätten, dann ein breites Grinsen auf seinem Gesicht. Kurz darauf ein schlichtes Haus mit Windgenerator auf dem Dach. Daneben ein Parkplatz mit weiteren alten Autos plus einem kleinen Suzuki Jeep. Jetzt war es halb fünf Uhr. Hundert Meter davon entfernt war ein



Abb. 4: Fünf Gräber nach Eingangstor

weiteres Gebäude. Alle nannten dieses Rec-Center, (siehe Abbildung 5). Kelman half mir mein Gepäck dorthin zu tragen und zeigte mir meinen Raum. Dann direkt in die Küche und Nachtessen zubereiten. Gemüse mit viel Kohl aus dem Garten und selbst gebackenes Vollkornbrot. Ich war total erledigt von den vielen Eindrücken. Kelman zeigte mir, wie der Generator in Betrieb gesetzt wurde. Wir quatschen viel und bald schon war es Zeit, den Generator abzuschalten. Dann die totale Ruhe wie ich sie noch nie wahrgenommen habe. Kein Licht irgendwo und nur Naturgeräusche. Natürlich war meine Taschenlampe im Gepäck. Kelman wusste genau wo entlang laufen. Ich folgte ihm so gut es ging. Im Rec-Center Kerzen anzünden, Taschenlampe finden, aufs Bett legen und direkt einschlafen. Mir kam es vor als wäre ich gerade eingeschlafen, da weckte mich Kelman bereits. An meinem ersten Morgen trafen Kelman und ich sowie Shihan Hugh und seine Frau Alana uns vor dem



Abb. 5: Rec-Center

Haupthaus. Eine kurze Begrüssung und los ging es mit dreissig Minuten joggen, was mir sehr leicht viel, da ich super fit war. Anschliessend im Hauptdojo eine Stunde Grundschultraining einschliesslich einige Übungen mit diversen altmodischen Gewichten. Mit dem heissen Wasser, das bereits kochte, wurde für Shihan Hugh und Alana ein Bad vorbereitet. Kelman und ich assen Frühstück in der Küche. Kelman wurde beauftragt, mir die Farm zu zeigen und alles zu erklären was wichtig ist. Die Farm an einer leichten Steigung gelegen, war zum grössten Teil eine riesige Buschlandschaft. So gross, dass man mühelos für lange Zeit herumirren konnte. Die schmale Seite grenzte an einen Fluss, der nach ungefähr zehn Kilometer ins Meer mündete. Neben dem neu gebauten Hauptdojo befanden sich weitere vier alte Häuser aus früheren Zeiten auf der Farm. Genau auf der Ostgrenze der Farm befand sich ein kleiner Quellteich, der als gemeinsame Wasserquelle mit dem Nachbarn diente.

Jede zweite Woche durfte Wasser daraus gepumpt werden. Das Haupthaus verfügte über einige zwölf Volt Lampen, verbunden mit Autobatterien, welche ihrerseits vom Windgenerator auf dem Dach aufgeladen wurden. Ebenfalls konnte das Haupthaus mit Strom vom Generator versorgt werden. In den anderen drei Häusern wurden Kerzen für Licht verwendet. Es gab Felder, die nicht bearbeitet waren, dazu einen uralten Traktor, der nicht funktionierte. Dazu gab es noch einen Stall und ein Gehege für viele Hühner, fünfzig Schafe, zwei Kühe, zwei Pferde, ein Ziegenbok (Sigi) und seine zwei Ziegen. Zwei Katzen, ein Hund und freilaufende Gänse und Truthähne vervollständigten die Tierfamilie. Die ganze Farm war eingezäunt mit sehr altem, teils rostigem Stacheldraht. Grosse Teile der Farm waren übersät mit „Ninjadornen“. Wir nannten diese so, weil sie super effektiv waren. Ganz gleich wie sie zu Boden fielen, einer der vier Spitzen ragte immer nach oben. Beim Barfuss-Training war dies eine recht schmerzhaft Erfahrung.

Die Farm war bescheiden, einfach, ohne moderne Technik und alles funktionierte manuell und langsam, mit viel Aufwand. Dazu war sehr viel Platz vorhanden und rundum nichts, keine Lichter, kein Lärm, keine Nachbarn. Romantisch ausgedrückt, Natur pur wie in unseren kühnsten Vorstellungen. Das war das Setup für die nächsten drei Jahre mit Unterbrüchen, die ich in Kapstadt oder auf Reisen im ganzen Land verbrachte. Während dieser Zeit durfte ich unzählige Erfahrungen machen, die aus mir einen neuen Menschen geformt haben. Von einem Schweizer, der die hübsche Schweiz geschätzt hatte, zu einem Nationalitätslosen, der das Schöne in Afrika zu lieben gelernt hatte. Auf Englisch ausgedrückt ist die Schweiz pretty und Afrika beautiful. Beides bedeutet schön. Die Schweiz ist oberflächlich hübsch. Afrika ist oberflächlich oft nicht hübsch, dafür auf einer tieferen Ebene richtig schön. Das kannst du vermutlich nur nachempfinden, wenn du auch bereits so etwas erleben durftest.

Weiter erzähle ich dir einzelne Erlebnisse, die aufzeigen was alles möglich ist, wenn du keine halben Sachen, halbherzig ausführst.

Das ganze Training basierte darauf, keine Ausreden zu haben. Auf der Farm gab es zwei Regeln: „Just do it“ (Mach es einfach) und „If all else fails read the instructions“ (Wenn alles nichts bringt lies die Anleitung).

Versuchen und machen sind zwei völlig verschiedene Energien. Bei Versuchen ist die Möglichkeit des nicht Erreichens und natürlich der Ausreden bereits dabei. Bei Tun gibt es keinen Zweifel, nur tun aus voller Überzeugung. Wenn dann wider Erwarten mal etwas trotzdem nicht geht, überlege warum, lies die „Gebrauchsanweisung“ und dann tue es. Unsere Arbeits-Anweisungen waren sehr einfach und für Zweifel gab es keinen Raum.

1983 - 1986

Freddy the Fly

Kinship with all life von J. Allen Boone war eines der vielen inspirierenden Bücher, das ich mehrmals gelesen habe. Nebst vielen anderen erstaunlichen Geschichten über Kommunikation von Mensch und Tier in diesem Buch war auch die Geschichte von Freddy the Fly. Eine Fliege nervte einen Mann immer beim Rasieren. Bevor er sie tötete, machte er ein Abkommen mit ihr, dass er sie toleriere, wenn sie ihn beim Rasieren nicht belästige. Von da an hat die Fliege ihm beim Rasieren zugeschaut aber hielt sich ansonsten zurück. Die Fliege wurde zu einem Begleiter und erhielt sogar einen Namen.

Mein Bett im Rec-Center war mit Bettwanzen verseucht. Da habe ich mit ihnen auch ein Abkommen getroffen, dass wir uns gegenseitig in Ruhe lassen. Und siehe da, ich konnte, ohne

belästigt zu werden, in meinem Bett schlafen. Auch Juanita, meine Freundin, hatte dieses Privileg. An Kursen, wenn die Senioren mitmachten, mussten wir Lehrlinge unsere Zimmer abgeben und im Dojo übernachten. Mein Zimmer musste ich nur für eine Nacht abgeben, da es unmöglich war, in meinem Bett zu schlafen. Die anderen wussten nichts von meinem Abkommen mit meinen Bettwanzen. Es hat sich dann herumgesprochen, dass es unmöglich ist in meinem Bett zu schlafen, und ich musste nie mehr aus meinem Zimmer ausziehen.

Brot backen

Zu meinen Aufgaben gehörte auch das Brot zu backen. Brot backen hiess, zuerst Holz hacken. Für einen Schweizer ist das nicht so eine grosse Sache. Dabei ist es wichtig, das Holz richtig zu treffen und mit dem Beil das Holz auch spalten zu wollen und nicht nur draufschlagen. Auch hier gilt es zu tun und nicht zu versuchen, also keine halben Sachen. Mit dem Holz und etwas Zeitung musste der Ofen eingefeuert werden. Für mich war das eine wunderschöne Aufgabe. Kleine Scheite mit Zeitung anzünden, manchmal etwas blasen, um die zerbrechliche kleine Glut wieder zum Brennen zu bringen. Dann langsam immer grössere Scheite bis das Feuer selbständig alles verzehrt, was du dazu gibst. Während dem Warten hiess es, das Korn zu mahlen. Wir hatten eine Kornmühle mit Kurbel an der Wand montiert. Etwas tiefer als erwartet, damit die Beine zwei Schulter breit platziert werden konnten mit gebogenen Knien. Anfänglich war das eine sehr anstrengende Übung. Die Arme sind mir fast abgefallen. Später lernte ich die Kurbel mit meinem ganzen Körper zu drehen. Ich lernte auch die Kurbel vollkommen kreisförmig zu drehen. Jede Abweichung von der Kreisbahn bedeutete Widerstand. Im Leben ist es sehr ähnlich. Oft verursachst du Widerstand, da du dich auf Abwegen und

nicht auf der Ideallinie befindest. Zurück zum Brot backen. Mit dem Mehl, Wasser, Salz und Hefe manchmal noch anderen kreativen Zutaten habe ich den Teig geknetet. Auch bei dieser Tätigkeit kann sehr viel Energie verschwendet werden oder auch nicht. Wenn alles zusammen stimmt, können die Brote in einer Backform in den Ofen geschoben werden, der noch nicht zu heiss sein sollte damit die Hefe wirkt. Anschliessend je nach Feuer musste ich die Backdauer abschätzen. Nach anfänglichen Flops hatte ich jedes Mal absolut geniale Brote gebacken. Diese waren aus wirklichem Vollkornmehl eigenhändig von Grund auf hergestellt. So ein Brot zählte zu den absoluten Spitzennahrungsmitteln. Schon das Betrachten und Riechen war eine absolute Freude. In meine Brote hatte ich viel Zeit und Energie, Motivation und Freude investiert. Man konnte gar nicht anders, als diese Brote zu lieben.

Koefoet

Ein Werkzeug mit dem ich sehr oft zu tun hatte war der Koefoet. Das ist eine achteckige Eisenstange, zwei Meter lang, drei Zentimeter im Durchmesser und wiegt zehn Kilogramm. Der Untergrund der Farm war, unter einer dünnen Schicht Erde, blanker Felsen. Mittels Koefoet hatte ich hunderte Löcher für Zaunpfähle ausgebrochen. Die Löcher waren vierzig Zentimeter breit und etwa doppelt so tief. Um Bäume zu pflanzen, waren sie entsprechend grösser. Auch die Elementbauweise der Häuser, die wir zusätzlich aufstellten, verlangten Löcher für die Stützen aus Beton. Die grössten Löcher brauchten die Sепtik-Tanks, die anstelle eines Kanalisationsanschlusses sämtliches Abwasser filterten. Diese waren ungefähr drei Kubikmeter gross.

Die ersten Versuche mit der Eisenstange endeten damit, dass nach Stunden nur ein kleines Loch zustande kam, dafür aber

mit sehr vielen offenen Stellen an meinen Händen und einem riesen Muskelkater an den folgenden Tagen. Immer wenn du hundert Mal den Koefoet angehoben hast, hast du eine Tonne Gewicht gestemmt. Das ist Gewichtstraining ohne Maschinen. Nach vielen Wochen des Übens wusste ich, wo ich den Koefoet am Felsen ansetzen musste, damit die Chance ein Stück abzuschlagen am Grössten ist. Ebenfalls hatte ich die Präzision, dieses Stück auch immer wieder zu treffen. Das Anheben des Koefoet machte ich mit meiner ganzen Körpermuskulatur und nicht wie anfangs nur mit den Armen. Dann wusste ich genau, wann ich den Koefoet loslassen musste, damit an meinen Händen durch das Metall keine Hautverletzungen entstanden. Das absolut Wichtigste war jedoch der Wille, die Überzeugung, dass diese Eisenstange in den Felsen eindringen wird und nicht wie anfangs einfach mit einem hellen Klang nur oberflächlich aufschlägt und dadurch zurückspringt. Zusammengefasst hatte ich bei jedem Mal mit absoluter Überzeugung und Absicht mit meinem ganzen Wesen den Koefoet in den Felsen gerammt. Es war trotz all der Kunst keine leichte Aufgabe, aber ich konnte den ganzen Tag Löcher schlagen ohne am Abend todmüde umzufallen. Auch hier gilt, keine halben Sachen, tue es einfach.

Buschtelefon

Eines Tages fragte ich Shihan Hugh nach einem Spezial-Privattraining, warum er all die Namen aller Schwarzgurte an der Kopfwand des Dojo in Reih und Glied, jeder auf einem kleinen Holzbrettchen, aufgehängt hat. Er erklärte mir, das sei sein „Buschtelefon“, (siehe Abbildung 6). Wir seien alle miteinander verbunden. Jedes Mal wenn er trainiere, habe er eine Verbindung mit all den Schwarzgurten durch ihre Namen. Somit werde die Energie von diesem Dojo zu all den Schwarzgurten geschickt. Diese sind in allen Teilen der Welt verstreut aber

auch die Bereitschaft, Geld zur Aufrechterhaltung der Schule zu bezahlen. Im Umkehrschluss bedeutet dies; Wenn um Geld diskutiert wird, geht es nicht ums Geld an sich sondern um die verlorene Wertschätzung. Langjährige Schüler wollen oft eine eigene Schule. Sie wollen nicht mehr ein Teil eines Grösseren sein, sondern ein isoliertes, selbstbestimmtes Kleines. Lieber ein König einer kleinen Insel anstatt ein Ritter eines grossen Königreichs. Das passt auch etwas in unsere Zeit. Keine Grossfamilien mehr, keine grossen Pioniertaten mehr, viele kleine Diskussionen über viel Unwichtiges.

Eine Lehrer-Schüler Beziehung ist wie eine Pflanze. Sie muss gewässert und gehegt werden. Diese Beziehung baut zu hundert Prozent auf Vertrauen. Der Lehrer weiss, was der Schüler braucht, was nicht unbedingt ist was er will. Der Schüler akzeptiert das und geht das Risiko ein. So sind grosse Schritte möglich. Wenn das Vertrauen durch Abspaltung zerstört ist, gibt es kein Lehrer-Schüler Verhältnis mehr. Der Schüler kann vom Lehrer nichts mehr lernen und annehmen. Rückblickend ist das mehr die Norm als die Ausnahme. Wer weiss, vielleicht muss das so sein. Der Mensch in seiner Natur macht schlussendlich alles kaputt. Wenn das auch mit Blick auf die grossen Möglichkeiten nicht ideal scheint, so birgt es doch die Möglichkeit, dass nach dem Ende wieder etwas Neues aufersteht, ganz wie der auferstehende Phönix.

Waffen

Im Kapstadt Dojo trainierte ich mit Shihan Denis. Er war ein absoluter Waffennarr. Diese Waffen waren ursprünglich traditionelle Farm-Werkzeuge, die von Bauern umfunktioniert wurden, um sich zu schützen, da sie keine Waffen besitzen durften. Heute würde ich einen Kreuzschlitzschraubenzieher dabei haben wollen. Das ist keine Waffe sondern ein Werkzeug. Aber

wenn du mal mit so einem Ding gearbeitet hast, weisst du, dass du damit sehr gut Löcher in alles Mögliche machen kannst. Ich durfte feststellen, dass bei mir die Fähigkeit mit Waffen umzugehen, im Verborgenen bereits schlummerte. Shihan Denis musste diese lediglich wecken und ich wurde ohne grosse

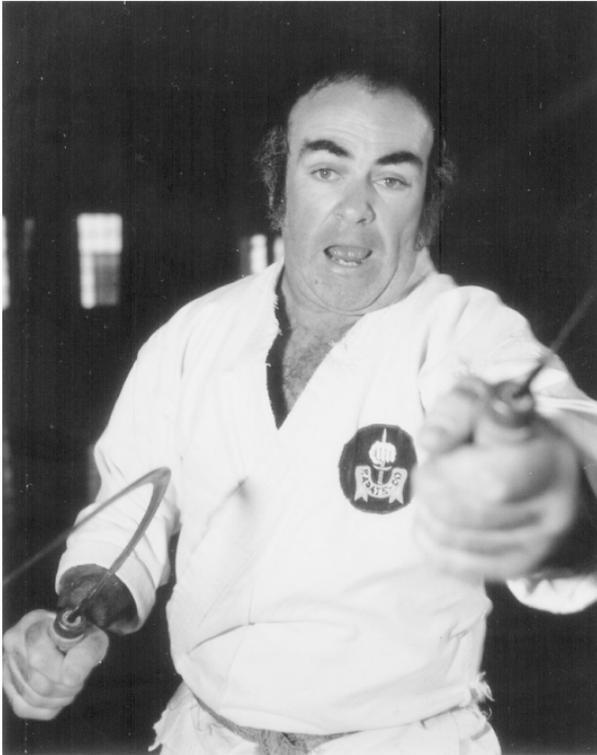


Abb. 9: Shihan Denis mit seinen Kama

Schwierigkeiten gut in jeglicher Waffenhandhabung. Nichts desto trotz trainierte ich jeden Tag mit möglichst vielen Waffen. Dennoch hatte ich das Gefühl, die Fertigkeit der Waffenhandhabung bereits zu kennen, wie eine Art Deja-Vue. Als ich nach einem Jahr den Schwarzen Gurt verliehen bekam, hatte mir

Shihan Denis seine Kama (Sicheln) geschenkt mit den Worten; Jetzt hast du dir deine Sicheln verdient (siehe Abbildung 9).

In dem Moment, als ich diese in meine Hände nahm, wusste ich was er meinte. Das waren „meine“ Sicheln. Ich weiss, das kann nicht erklärt werden, aber diese Sicheln waren meine. Ich habe sie auch jetzt noch. Ich durfte im Laufe der Jahre auch bei einigen Schülern erleben, dass Sie auf mich gewartet hatten. Irgendwie sind wir alle miteinander verbunden. Manchmal weisst du es, manchmal ahnst du es, manchmal weisst du es noch nicht. Die Welt ist nicht so gross wie sie scheint. Wenn die Zeit reif ist, wirst du die richtigen Menschen treffen. Wie heisst es doch so schön, wer sucht der findet. Wer fragt bekommt Antworten. Ist das nicht motivierend, um keine halben Sachen zu machen?

Nur eine Übung

Eine der grössten Schulen befand sich in Durban, eine der heissesten Gegenden in Südafrika, direkt am pazifischen Ozean gelegen. Ich verbrachte dort einen Monat und lebte im Trainingsraum. Das Dojo war so gross, dass es zwei Etagen beinhaltete. Mein Auftrag war, während diesem Monat alle Wände mit neuer weisser Farbe zu streichen. Tagsüber war es schlichtweg zu heiss, sodass ich mich ständig am Strand aufhielt. Der Sand war so heiss, dass ich nirgends stehen bleiben konnte. Im nassen Bereich des Strandes war es angenehm, kilometerweit zu laufen und gelegentlich im Meer zu schwimmen. Was für ein herrliches Leben. Allerdings hatte dieses Leben einen Preis. Einen grossen Teil der Nacht verbrachte ich mit Wände streichen. Mein Tagesablauf hatte drei Unterbrüche. Morgens und mittags kam jeweils Sensei Bob Davies und trainierte mit mir eine Stunde lang. Immer die gleiche Übung „Geki Sei Dai Ichi“ Anwendung. Ein Ablauf mit vierundzwanzig Techniken,

Schlusswort

Mir hat es Spass gemacht mich zu erinnern und meine Erfahrungen mit dir zu teilen. Ich habe mir selber zugehört und mir die vielen wundervollen Erlebnisse wieder ins Leben gerufen. Ich bin mir bewusst, dass einige Geschichten für dich eher unglaubwürdig klingen. Das ist völlig in Ordnung. Wichtig ist, dass das Prinzip erkannt wurde, dass ohne halbe Sachen du das einzige Limit bist, um deine Wünsche und Ziele zu erreichen. Ich hoffe, ich konnte dich mit diesem kleinen Buch etwas ermutigen und inspirieren an dich zu glauben und zu tun was du schon immer tun wolltest. Mehr gibt es dazu nicht zu sagen, denn die Tat unterscheidet den Traum vom Ziel.

*„Wunder geschehen nicht im Widerspruch
zur Natur,
sondern im Widerspruch zu dem,
was wir von der Natur wissen.“*

Hl. Augustinus